



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

NOHUTLU BUĞDAY PİLAVI

1 su bardağı buğday
1 çay bardağı nohut
3 yemek kaşığı tereyağı
2 su bardağı et suyu
Tuz

Bir gece önceden nohudu ve buğdayı ıslatın. Nohudu haşlayıp süzün. Tencereye buğday, nohut ve et suyunu koyun, yeteri kadar tuz ilavesiyle suyunu çekinceye kadar pişirin. Tereyağını kızdırıp üzerine gezdirin. Karıştırıp servise sunun. Yanında salçalı sosla pişirilmiş kemikli etle de servis yapabilirsiniz.

